ほけんだより

２学期スタート号

NO.9　令和５年８月 28 日　保護者様向け

２学期が始まりましたが，夏休み中には熱中症による死亡事故など，胸が痛くなるようなニュースもありました。本校では，夏休み中に教職員で心肺蘇生研修を実施するなどしましたが，今後も児童が安心・安全な学校生活を送れるよう，ご家庭の協力をいただきながら努めてまいります。２学期もどうぞよろしくお願いいたします。

熱中症予防について

熱中症は，以下の条件が重なるごとにリスクが高まります。

①暑さ環境（暑さ指数：温度・湿度・気流・直射日光）など
＋
②児童の体調（睡眠不足・朝食抜き・かぜや貧血などの体調不良及び病後）

→ **熱中症**

予防のために以下の点についてご協力をお願いします。

◎水筒を持参する場合，氷をたくさん入れるなどして，飲料の温度を下げる工夫をお願いします。

→水分補給時に深部体温を下げることができます。

◎睡眠不足・朝食を食べないなどのお子様の様子に注意願います。

→熱中症リスクが高まります。このような場合はお子様の健康状況を総合的にみていただき，登校する場合は体調不良の様子を学校にお知らせください。

→特に学校生活が開始したばかりの今の時期は，普段以上にお子様が休息（睡眠）をとれるようにご配慮ください。

◎かぜ・腹痛・貧血等の回復直後は，気温の高いところで無理な運動をしないようにお子様にお話しください。

【登校時の熱中症予防について】

登校時の暑さ対策として，次の方法も可能です。体調に合わせてご検討ください。

・ランドセルを別のバッグ等に代えること（危険防止のため，リュックなど両手が自由になるもの。）
・ピカベスト（2年生）の着用をしないこと。
・汗をかいた後の着替えを持参すること。

その他の登校時の配慮も，登下校時の安全性に支障がない場合は可能としたいと思いますので，ご相談ください。

その他の健康について

◎夏休み中に大きなケガや病気などがあったり，またはお子様の心の健康面で心配なことがあったりして，学校生活に配慮が必要なことがあれば，その旨をお知らせください。

◎１学期の定期健康診断の結果により，夏休みに医療機関受診をされた場合は，「受診報告書」を担任までご提出ください。